



Berner
Fachhochschule



Mach dich schlau am Instrument Instrumentalunterricht 50plus

Möglichkeiten, Zielsetzungen und Motive

Inhalt

2 Mach dich schlau am Instrument

- 3 Einleitung
- 4 Ganz persönlich

Zahlen und Fakten

- 6 Demografie
- 6 Potentiale
- 7 Merkmale des instrumentalmusikalischen Lernens von älteren Menschen
- 8 Voraussetzungen

Anfänge, Motivation und Ziele

- 10 Einsteigen und Dranbleiben

Auswirkungen von Musikunterricht

- 12 Positive Auswirkungen
- 13 Negative Auswirkungen
- 14 Musizieren als Mutprobe

Lernstrategien und Lernumfeld

- 16 Der Einfluss von Erfahrungen
- 18 Lernmethoden und -strategien
- 19 Unterschiede im Lernverhalten von Erwachsenen und Jugendlichen

Lehrmethoden

- 20 Die Rolle der Lehrperson
- 20 Individualisierter Unterricht
- 21 Körperlichkeit und Grenzen

Methodik des Projekts

- 22 Zielsetzung und Methodik des Projekts

Mach dich schlau am Instrument

Instrumentalunterricht 50plus

Einleitung

Viele Kinder haben heute die Möglichkeit, ein Musikinstrument zu erlernen – doch wie steht es um jene Erwachsenen, die in ihrer Jugend dazu keine Gelegenheit hatten; die ein ungeliebtes Instrument erlernen mussten; die das Instrument an den berühmten Nagel hängten und jetzt doch wieder Lust hätten (neu) anzufangen. Ihnen allen sei Mut gemacht: Es ist nicht zu spät.

Die 55-Jährige lernt in einer Bläserklasse Querflöte, weil sie die Musik schon immer geliebt hat, ihr bisher aber die Gelegenheit fehlte.

Der 66-Jährige steigt nach der Pensionierung in den Alphorn-Unterricht ein – und zwar mit einem selbst gebauten Instrument.

Die 89-Jährige beginnt mit Klavierstunden, nachdem sie ihren Garten hat aufgeben müssen, und schätzt die neue Herausforderung.

Der 73-Jährige erfüllt sich einen Traum und spielt Fagott, wobei das Instrument letztlich zu einem «Freund» wird.

Ein Forschungsprojekt der Berner Fachhochschule

Ein Forschungsteam des Instituts Alter und der Hochschule der Künste Bern widmete sich den Möglichkeiten, Zielsetzungen und Motiven von Instrumentalunterricht 50plus. In leitfadengestützten Interviews mit 43 Personen wurden die Beweggründe

für den Einstieg im vorgerückten Alter ebenso ergründet wie Freuden und Leiden des Instrumentalunterrichts. Die vorliegende Broschüre fasst die Antworten und Ergebnisse zusammen.

Damit gibt sie zum einen Einblick in konkrete Lebens- und Unterrichtssituationen, zum anderen kann sie hoffentlich dazu anregen, den Schritt zum Instrument selbst zu wagen.

Es ist nie zu spät, ein neues Instrument zu lernen.

Ihre Erfahrungen interessieren uns

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf und berichten Sie uns von Ihren Erfahrungen und Ideen. Wenden Sie sich dazu direkt an uns oder kommentieren Sie unsere Ergebnisse auf den Websites

www.machdichschlauaminstrument.wordpress.com oder de.wikiversity.org/wiki/mach_dich_schlau_am_Instrument.

Ganz persönlich

4 In Interviews hat das Projektteam ganz verschiedene Menschen kennengelernt: den ehemaligen Koch, der mittlerweile Gitarre unterrichtet, die 63-jährige Bäuerin, die seit 11 Jahren Klarinette spielt, oder den 71-Jährigen, der jeden Tag zwischen 4 und 6 Stunden Klavier übt. Hier zwei Interviewpartner, die sich näher vorstellen.

«Der Klang der Klarinette fasziniert mich»

Marianne Gfeller (64) aus Wichtrach: freiberufliche Pflegefachfrau, verheiratet, drei erwachsene Kinder, spielt Klarinette.

Die Reduktion ihres Arbeitspensums brachte den Stein ins Rollen: Die ehemalige Pflegefachfrau beschloss, den Instrumentalunterricht wieder aufzunehmen. Und es musste die Klarinette sein, deren Klang Marianne Gfeller schon lange fasziniert hatte.

Musik war immer Teil von Marianne Gfellers Leben: bereits als Kind musizierte sie, ebenso als Erwachsene, und als sie aus familiären Gründen keine Zeit für den Instrumentalunterricht hatte, sang sie in einem Chor. Der Traum, Klarinette zu spielen, blieb. Als Marianne Gfeller ihr Arbeitspensum reduzieren konnte, kaufte sie sich eine Klarinette und begann, Stunden zu nehmen.

«Ich fokussiere mich nicht auf die Technik, ich möchte einen möglichst schönen Klang hervorbringen.» Für sie mache gerade dieses Experimentieren mit dem Klang die Faszination des Instrumentes aus.

Marianne Gfeller betont jedoch auch, dass ihr das Üben gut tut: sie kann sich entspannen und Abstand zum Alltag gewinnen. Die Tiefenatmung, die beim Spielen dieses Instruments wichtig ist, hilft der ehemaligen Pflegefachfrau im Alltag: «Ich fühle mich dadurch körperlich wohl und geistig wach.»

«Ich fokussiere mich nicht auf die Technik, ich möchte einen möglichst schönen Klang hervorbringen.»

«Unterrichten ist mein Hobby»

Werner Jost (70) aus Münchenbuchsee: Elektromonteur und Projektleiter, verheiratet, zwei erwachsene Kinder, spielt und unterrichtet Alphorn.

«Alphorn spielen soll vor allem Freude machen», findet Werner Jost. Deshalb ist es ihm auch wichtig, dass Lernende selbst erkennen, wo ihre Stärken liegen und sie nicht zu etwas gezwungen werden – zum Beispiel Stücke auswendig zu lernen – wenn sie dies nicht möchten.

«Ich habe es mir selber beigebracht», berichtet der passionierte Bläser. Vor rund dreissig Jahren hat Werner Jost das Instrument entdeckt. Für den Unterricht möchte der Autodidakt keine Bezahlung, sonst entstehe unweigerlich der Zwang, Leistung erbringen zu müssen, sowohl für ihn als auch für die Lernenden.

«Alphorn spielen soll vor allem Freude machen.»

Die Freude an der Musik und die Abwechslung, die diese in sein Leben bringt, sind für Werner Jost zentral. Probleme sieht er für die Lernenden vor

allem beim Auswendiglernen oder bei Versagensängsten: «Viele möchten lieber nach Noten spielen und haben Angst, alleine eine Stimme zu übernehmen.» Schwierig werde es auch, wenn jemand in der Gruppe die Lautstärke oder den Rhythmus nicht im Griff habe. «Es ist wichtig, dass die Musizierenden nicht nur an sich denken, sondern auch auf das Spiel der anderen hören.»

Viele Lernende müssen über den eigenen Schatten springen. Einige lassen sich darauf ein, andere nicht. «Wichtig ist, dass die Lernenden selber erkennen, was möglich ist, und dass sie Freude daran haben.»

Zahlen und Fakten

6

Demografie

Der Anteil der älteren Menschen an der Gesamtbevölkerung wächst in den nächsten Jahren deutlich. In der Schweiz wird der Anteil der Personen ab 65 Jahren bis 2035 auf über 26 % steigen.¹ Die Schweiz verzeichnet hinter Japan die höchste Lebenserwartung. Die Lebenserwartung bei Geburt wird im Jahr 2050 voraussichtlich für Männer bei 85 und für Frauen bei 89,5 Jahren liegen.¹ Hinzu kommt, dass in westlichen Ländern gegenwärtig viele ältere Personen über zeitliche, materielle und gesundheitliche Ressourcen verfügen. Sie beteiligen sich aktiv am gesellschaftlichen Leben, verwirklichen Träume und sind bereit, Neues zu lernen.

Das Bundesamt für Statistik hat 2008 eine repräsentative Befragung über das Musizieren durchgeführt. Knapp jede fünfte Person spielt ein Instrument, mehr als die Hälfte derjenigen, die einst Musikunterricht besucht haben, musizieren heute nicht mehr. Je höher die Ausbildung einer Person ist und je mehr sie verdient, desto eher spielt sie ein Instrument. 24 % der Musizierenden verfügen über eine Ausbildung auf Tertiärstufe (Fachhochschule, Universität).² Altersspezifische Erhebungen über Erfahrungen und Strategien im Instrumentalunterricht sind der Schweiz erst seit kurzem von Forschungsinteresse.³

Potentiale

Musikschulen, freischaffende Lehrpersonen und Forschende treffen im Segment der älteren Musizierenden auf Potentiale sozialer, pädagogischer und ökonomischer Natur. Praxis, Lehre und Forschung sind gleichermaßen aufgefordert, die Leerstelle altersspezifischer Pädagogik und Didaktik zu erkennen und auf die demografische Herausforderung zu reagieren. Die Professionalisierung des Musikunterrichts von älteren Menschen ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Sie bindet unterschiedliche Experten ein, darunter auch die älteren Lernenden selbst. Musizierende, die sich entschlossen, Instrumentalunterricht zu besuchen, bringen ihre Erfahrungen aus der Lebenspraxis ein und gestalten den Lernprozess mit. Stehen die individuellen Ressourcen im Vordergrund (etwa eine schnelle Auffassungsgabe), sind Transferleistungen auf das eigene Musizieren zu beobachten und umgekehrt. Positive Effekte des Musikunterrichts auf kognitive Fähigkeiten sind bei jüngeren Menschen inzwischen gut belegt und auch für 60–85-Jährige liegen

¹ www.bfs.admin.ch

² Bundesamt für Statistik (2011) Kulturverhalten in der Schweiz. Eine vertiefende Analyse – Erhebung 2008, Neuchâtel

³ Vgl. M. Brand (2014): Musikalisch aktiv bis in Alter. Eine Untersuchung zum Musikunterricht mit älteren Menschen, Luzern (Forschungsbericht der Hochschule Luzern – Musik 10)

Je höher die Ausbildung einer Person ist und je mehr sie verdient, desto eher spielt sie ein Instrument.

⁴ J. A. Bugos/ W. M. Perlstein/ C. S. McCrae/ T. S. Brophy/P. H. Bedenbaugh (2007): Individualized Piano Instruction enhances executive functioning and working memory in older adults, in: Aging & Mental Health 11(4), S. 464–471

entsprechende Befunde vor.⁴ Lebenslanges Lernen ist möglich. Ältere Menschen sind durchaus in der Lage, Fertigkeiten wie Notenlesen und das Spielen eines Instrumentes (auch erstmals) zu erlernen.⁵

Merkmale des instrumentalmusikalischen Lernens von älteren Menschen

- Ältere Menschen können auf viel Erfahrung zurückgreifen. Dieses Reservoir ist eine fruchtbare Voraussetzung für das Lernen. Das kognitive Verständnis kann in der Regel sehr schnell hergestellt werden. Die physischen Prozesse dauern länger, was oft durch kreative Umwege und hohe Motivation kompensiert wird.
- Ältere Menschen übernehmen im Vergleich zu jüngeren Menschen oft mehr Selbstverantwortung im Unterrichtsprozess. Die Anforderung an den Unterricht und seine Beteiligten besteht darin, ein Gleichgewicht zwischen Freiheit und Autonomie einerseits und klaren Strukturen und Aufgabenstellungen andererseits auszuhandeln.
- Ältere Menschen lernen im Gegensatz zu Kindern oft zuerst über das rationale Verstehen, erst im Anschluss daran wird das Körpergedächtnis aktiviert.⁶
- Viele ältere Menschen sind lernorientiert, aktivitätsbezogen und prozessorientiert, d.h. nicht ein bestimmtes Ziel, sondern die unmittelbare Tätigkeit des Musizierens rechtfertigt ihr Tun und schenkt Befriedigung. Sie agieren «lebenszentriert».⁷ Der Wunsch nach Entscheidungsbezug ist ausgeprägt. Ältere Lernende wählen selber aus, worauf sie sich konzentrieren wollen, sie möchten etwas tun, das mit der eigenen Person in Zusammenhang steht.^{8/9}
- Traditionelle Hierarchien brechen auf. Ältere Frauen überwinden genderbedingte Stereotypen und greifen zu einem Instrument wie etwa dem Altsaxophon, das als Männerinstrument Geschichte geschrieben hat.⁷ Klassisch ausgebildete Lehrpersonen machen sich in Pop und Jazz schlau, weil ihre Lernenden das spielen möchten, «was sie selber hören».¹⁰

⁵ T. Hartogh/H. H. Wickel (2008): *Musizieren im Alter: Arbeitsfelder und Methoden*, Mainz

⁶ S. Freiberg (2006): *Growing ambition. Adult beginners tap their passion for string playing*, in: *Strings* 20(7), S. 65–69

⁷ W. M. Dabback (2007): *Toward a model of adult music learning as a socially-embedded phenomenon*, Ann Arbor

⁸ S. Tsugawa (2009): *Senior adult music learning, motivation, and meaning construction in two New Horizons ensembles*. Ann Arbor

⁹ A. Taylor/S. Hallam (2008): *Understanding what it means for older students to learn basic musical skills on a keyboard instrument*, in: *Music Education Research* 10(2), S. 285–306

¹⁰ K. Huhtanen (2008): *Adults as learners in the field of education: A pedagogical challenge*, in: *Educating Musicians for a Lifetime of Learning*, S. 57–61

8 Voraussetzungen

Die Sicht auf ältere Menschen und das musikalische Lernen bzw. Lehren im Alter hat sich im deutschen Sprachraum seit den 1980er-Jahren wesentlich verändert. Gert Holtmeyer ist der Herausgeber des Sammelbands «Musikalische Erwachsenenbildung. Grundzüge – Entwicklungen – Perspektiven» und nimmt 1989 eine erste Standortbestimmung vor. Ob ältere Lernende von der Erwachsenenbildung oder der Musikpädagogik profitieren sollten, sorgte für handfeste Differenzen. Inzwischen liegen Forschungsergebnisse aus Neurobiologie und Musikphysiologie vor, die ins Innere der Lernprozesse im Instrumentalunterricht leuchten. Physische Abläufe und deren Optimierung folgen anderen Gesetzmässigkeiten als kognitives Lernen. Entscheidend ist die Erkenntnis, dass physische Grenzen keineswegs einer nachlassenden Lernfähigkeit entsprechen.¹¹

... aus neurobiologischer Sicht

Die Plastizität des Gehirns bleibt bis ins hohe Alter bestehen. Das Nervensystem passt sich auch im fortgeschrittenen Alter neuen Anforderungen an. Deshalb besteht keine klare Wechselwirkung zwischen Alter und geistiger Leistungsfähigkeit. Älterwerden ist somit kein Abbauprozess, sondern ein lebenslang fortschreitender Informationsverarbeitungsprozess, der durch andauernde Lernvorgänge und Methodenerweiterungen gefördert wird. Das Üben auf einem Instrument beinhaltet die koordinierte Aktivierung zahlreicher Muskelgruppen mit hoher zeitlicher und räumlicher Präzision. Die Bewegungen unterliegen einer ständigen Kontrolle durch das Gehör, den Gesichtssinn und durch die Körpererigenwahrnehmung.¹² Musizieren ist eine der komplexesten Leistungen des Gehirns und beansprucht nahezu alle Areale. Durch regelmässige Stimulation dieser Vorgänge können die Gehirnleistung im Alter erhalten oder sogar gesteigert, Fertigkeiten wie Arbeitsgedächtnis und Strategiebildung verbessert werden.⁴ Hinzu kommen die positiven emotionalen Erlebnisse, die mit dem Musizieren einhergehen und ihrerseits die die Befindlichkeit regulierende Hormonausschüttung etwa von Serotonin und Noradrenalin befördern.

¹¹ D. M. Owen (2010): Challenges in teaching adult music students in the instrumental studio, in: E-Journal of Studies in Music Education VIII/2: Music Education in the Wider Community, S. 44–60

¹² E. Altenmüller (2008): Es ist nie zu spät! Eckart Altenmüller zu den neuronalen Auswirkungen musikalischen Lernens im Alter, in: Musikforum: Musik leben und erleben in Deutschland VI/1 (Januar–März 2008): Musik und Politik II, S. 39–41

Älterwerden ist kein Abbauprozess, sondern ein lebenslang fortschreitender Informationsverarbeitungsprozess.

... aus musikphysiologischer Sicht

Die gute Nachricht: Wer regelmässig übt und auf die Signale des Körpers (etwa Ermüdung, Verspannung) achtet, kann sich bis ins hohe Alter gute koordinative Fähigkeiten erhalten. Ältere Lernende brauchen mehr Zeit, um Hinweise umzusetzen und Bewegungsabläufe entsprechend zu modifizieren. Die motorische Schnelligkeit nimmt mit zunehmendem Alter ab. Unklar ist, ob eher das Bedürfnis nach Sorgfalt und Perfektion oder ein Nachlassen der Fertigkeiten diesen Prozess begünstigt.¹³

Der Verlauf der koordinativen Entwicklung ist gut erforscht. Bis zum 20. Lebensjahr nehmen die koordinativen Fähigkeiten bei Männern und Frauen zu. Ohne spezifisches Training nehmen sie beim Mann nach dem 40. bis 50. Lebensjahr und bei der Frau ab dem 50. bis 60. Lebensjahr ab.¹³

¹³ E. Altenmüller/
R. Klöppel (2013):
Die Kunst des
Musizierens. Von
den physiologischen
und psychologischen
Grundlagen zur
Praxis. Mainz



Anfang, Motivation und Ziele

- 10 Was bringt über 50-Jährige dazu, in den Musikunterricht neu- oder wiedereinzusteigen? Weshalb investiert ein älterer Erwachsener Zeit in Instrumentalunterricht? Was sind Motivatoren bei Stagnation oder Anspannung? Und was möchte ein Lernender musikalisch erreichen?

Bezugspersonen geben den Anstoss

Mag der familiäre Hintergrund noch so unterschiedlich sein, oft gibt das Umfeld der Lernenden den Anstoss für die Aufnahme des Instrumentalunterrichts – sei es, dass Eltern, Kinder oder Partner als Vorbild dienen oder dass Verwandte durch Ermutigungen den Stein ins Rollen bringen.

Häufig liegen dem Beginn auch lang gehegte Träume zugrunde, die sich zuvor nicht erfüllen liessen. Der Klang und die Faszination für ein Instrument, aber auch ein generelles Interesse an Musik liegen oft am Ursprung des Wunsches nach Unterricht. Laut den Interviewaussagen spielt aber auch der Zufall eine Rolle: Vorhandene Instrumente oder die Lektüre eines Zeitungsinserats führen ebenso zum Neu- oder Wiedereinstieg.

Ein zentraler Faktor ist schliesslich die Zeit: Mit der Etablierung im Beruf, der Pensionierung oder selbständig werdenden Kindern entstehen Freiräume, die sinnvoll gefüllt werden wollen.



Leistung oder L'art pour l'art

Sich selber fordern und das Hirn trainieren sind Faktoren, die Musizierende als Ziele erachten. Auch technische Herausforderungen und musikalische Qualität nehmen eine wichtige Stellung ein. Manche Lernende erhoffen sich vom Unterricht zudem ein grösseres Verständnis für Musik und die gespielten Werke oder wollen Versäumtes nachholen. Daneben wird in anderen Interviews die pure Lust am Musizieren be-

tonnt, die im Vordergrund steht. Diese Lernenden wollen etwas «für's Gemüt». Geschätzt wird dabei, dass der Unterricht im Gegensatz zu allfälligen Erfahrungen als Kind kein Müssen,

Die Abstimmung der Ziele von Lehrpersonen und Lernenden ist von entscheidender Bedeutung.

sondern ein Dürfen ist und es keinen Druck gibt. Die Abstimmung der Ziele von Lehrperson und Lernenden ist angesichts der breiten Palette an Möglichkeiten von entscheidender Bedeutung für einen gelingenden Unterricht.

Lust oder Frust

Damit Lernende weiterhin motiviert bleiben, muss die Lehrperson deren Augenmerk auf (auch kleine) Fortschritte und Lernerfolge richten. Die Freude über Gelungenes regt zu weiterer Beschäftigung mit dem Instrument an. Bei technischen Schwierigkeiten sind Phantasie und Ideenreichtum für unterschiedliche Herangehensweisen erforderlich. Wenn es «klemmt», sollen Faktoren wie etwa Klanggebung und Dynamik einbezogen werden, statt sich am Problem festzubeissen und das Nicht-Können festzuschreiben. Gelegentlich gilt es, Ziele auch behutsam anzupassen, damit die Lernenden zwar gefordert, aber nicht überfordert sind.

Sehr kontrovers beurteilten die Interviewten das Thema der Auftritte. Während manche durch öffentliches Auftreten motiviert und zu Bestleistungen angespornt werden, wollen andere die Musik explizit nur für sich selbst geniessen. Nach Möglichkeit sollten die Lernenden deshalb zwar zu Auftritten ermutigt, aber nicht gezwungen werden. Eine entspannte Atmosphäre kann hier allenfalls positive Erfahrungen ermöglichen.

Auswirkungen von Musikunterricht

12 Glücksgefühle und Selbstwert

Dass Musizieren beim Instrumentalunterricht ein Glücksgefühl auslösen kann, darüber sind sich Lernende und Lehrende einig. Obwohl es nicht selbstverständlich ist, im beschäftigten Alltag Zeit für Unterricht oder Üben zu schaffen, bereitet genau diese «Auszeit» viel Freude. Die Effekte solcher Gedankenpausen gehen über das Musikalische hinaus; für manche hat das Spielen auch eine starke emotionale Bedeutung, das Instrument bietet Halt und Trost.

Menschen die im späteren Alter Musikunterricht besuchen, haben manchmal viele Jahre darauf gewartet und erfahren den Unterricht als eine Form der Selbstermächtigung: Eigene Wünsche oder Ziele sind jetzt wichtig und wollen realisiert werden. Der Unterricht und vor allem Erfolgserlebnisse können dann den Selbstwert steigern. Lernende beschreiben den manchmal anstrengenden kognitiven Prozess, etwas Neues zu erarbeiten, und unterstreichen die Zufriedenheit bei Erfolg.

Training und soziales Bindemittel

Neben den aufbauenden Erfolgserlebnissen erfahren viele ältere Lernende und Lehrpersonen, dass Musizieren einen positiven Einfluss auf den Körper hat. Das Training in geistiger und körperlicher Hinsicht kann sogar gewissen Altersbeschwerden vorbeugen. Körperliche Gebrechen können gemildert werden oder machen sich jedenfalls beim Spielen kaum bemerkbar, berichtet beispielsweise eine Interviewpartnerin mit Herzbeschwerden. Darüber hinaus können Kondition und Konzentrationsfähigkeit gesteigert oder zumindest erhalten werden. Bei Blasinstrumenten kommt dazu noch der entspannende Effekt einer bewusst geführten Atmung.

Schliesslich haben Unterricht und Musizieren auch eine wichtige soziale Bedeutung. Manchen dient der Unterricht ausdrücklich als Schritt auf dem Weg dahin, mit anderen gemeinsam in einem Orchester oder einer Gruppe zu musizieren. Der soziale Aspekt geht aber über das gemeinsame Musizieren hinaus. Vor allem beim Gruppenunterricht, in Musikkapellen oder Orchestern geht es auch um die Erweiterung des Freundeskreises oder darum, neue Leute kennenzulernen. Damit können altersbedingte Verluste teilweise kompensiert werden.

Das Training in geistiger und körperlicher Hinsicht kann gewissen Altersbeschwerden vorbeugen.

Frustration und körperliche Beschwerden

Für die meist gelassenen Lernenden ist Frustration kein Thema, weil sie sich realistische Ziele setzen. Für andere können irrational hohe Selbstansprüche für Druck sorgen, manchmal müssen Ziele zurückgesteckt werden. In den Interviews kommen auch Gedanken des Aufgebens zur Sprache, gleichzeitig wird erzählt, dass Wege gefunden wurden, mit

solchen Situationen umzugehen.

Einzelne Lernende waren mit dem Unterricht oder einer Lehrperson dermassen unzufrieden, dass sie sich verabschiedeten und wechselten, oder sogar aufhörten. Bei einem derartigen Entscheid standen

stets die didaktischen und nicht die musikalischen Fähigkeiten der Lehrperson zur Debatte. Die Unterrichtsmotivation der Lehrperson wird dabei sehr genau wahrgenommen.

Bei manchen älteren Lernenden tauchen auch körperliche Beschwerden auf. Dabei ist sowohl seitens der Lernenden als auch der Lehrpersonen einiges an Flexibilität gefragt. Der beste Umgang mit diesen Körperbeschwerden, finden die Befragten, ist Akzeptanz und Flexibilität.

Manchmal müssen Ziele auch zurückgesteckt werden.



14 Bestandene Mutprobe

Insbesondere für ältere Lernende gilt, dass es für viele einer Mutprobe gleicht, im Alter noch etwas Neues anzufangen. Lehrende können die Motivation ihrer Schülerinnen und Schüler unterstützen, indem sie diesen Prozess würdigen. Die Selbstermächtigung der Lernenden, im späteren Alter noch Musikunterricht aufzugreifen und Neues zu lernen, sorgt für Spass und Selbstvertrauen. Die meisten Lernenden – aber keineswegs alle – geniessen den sozialen Austausch, egal ob es um das Orchester oder das Üben mit Anderen geht. Auch das Zusammenspiel mit den eigenen Lehrpersonen sowie weiteren Musikerinnen und Musikern trägt viel zu den positiven Erlebnissen bei. Dieser Austausch kann besonders von den Unterrichtenden angeregt werden. Wenn auch jeder Mensch in jedem Lebensalter unterschiedliche Bedürfnisse hat, wird man sich gerade im späteren Alter dieser Bedürfnisse bewusster. Manche ältere Lernende erwarten vom Musikunterricht konkrete Herausforderungen, während bei anderen die Entspannung an erster Stelle steht. Bei den letztgenannten kann eine Pflicht zum Vorspielen oder ein Konzert ein grosser Stressfaktor sein, während andere durch Vorspiele in geeignetem Rahmen besonders motiviert werden können. Eine Anpassung des Unterrichts, abgestimmt auf jeden individuellen Lernenden – ob älter oder jünger – erhöht die Zufriedenheit im Unterricht. Speziell bei älteren Lernenden mit körperlichen Beschwerden ist es wichtig, dass Lehrpersonen diese nicht überspielen. Manche Lernende stellen dabei an sich selbst extrem hohe Qualitätsansprüche. Wenn es Lehrpersonen gelingt, solche unrealistischen Ziele durch die Lenkung des Blicks auf andere Qualitätsmerkmale sachte zu korrigieren, führt das zu weniger Frustration und mehr Zufriedenheit.

Eine Anpassung des Unterrichts abgestimmt auf jeden individuellen Lernenden erhöht die Zufriedenheit im Unterricht.



Glücks
geföhle
durch Musik

Lernstrategien und Lernumfeld

Welche Umgebung braucht es, um lernen zu können? Wie geht man vor, wenn ein neues Stück ansteht? Lernstrategien sind so unterschiedlich wie die Lernenden, die darüber Auskunft geben.

16

Musikalischer Hintergrund

Es versteht sich von selbst, dass die Aussagen der Lernenden sehr subjektiv gehalten sind – allein schon der jeweilige musikalische Hintergrund und die Lernerfahrungen sind von Person zu Person verschieden. Vielen Aussagen der befragten Personen ist allerdings gemeinsam, dass Musik in der Kindheit durchaus eine wichtige Rolle spielte, sei dies, da die Eltern Musik machten, zu Hause gesungen wurde oder bisweilen schon damals Instrumentalunterricht stattfand. Während das Instrument bei den Wiedereinsteigenden bedingt durch Familie und Beruf zeitweise in den Hintergrund rückte, gaben andere ein Instrument auf, das ihnen nicht vollends zusagte, um dann zu einem späteren Zeitpunkt mit neuem Elan zu beginnen. Gelegentlich wird zwar beklagt, dass anfangs Vorkenntnisse

Der musikalische Hintergrund und die Lernerfahrungen sind von Person zu Person verschieden und beeinflussen den aktuellen Unterricht.



nicht mehr abrufbar waren. Insgesamt aber bietet dieser in unterschiedlichem Ausmass vorhandene musikalische Hintergrund einen guten Ausgangspunkt für den Unterricht 50plus – ob nun durch die bereits erworbene Fähigkeit des Notenlesens, durch Hintergrundwissen oder durch Liebe zu Volksliedern, die dann im Unterricht eingesetzt werden.

Lernerfahrungen

Die Unterrichtserfahrungen als Kind bzw. Jugendliche sind prägend und beeinflussen spätere Entscheidungen wie etwa den erneuten Einstieg in den Musikunterricht. So erzählen die Befragten von der Förderung durch Lehrpersonen und Familie. Gleichzeitig wirkten glücklicherweise negative Lernerfahrungen in der Kindheit nicht zwingend als unüberwindliche Schranke, die von einem Neueinstieg abhielt. Im

Instrumentalunterricht im Erwachsenenalter ist mit mehr Freude und weniger Druck verbunden als in der Kindheit.

Vergleich zu den Erfahrungen als Kind erleben die Befragten den Instrumentalunterricht als Erwachsene als mit mehr Freude und weniger Druck verbunden. Dies ist zum einen wohl der Entwicklung der Pädagogik in den vergangenen Jahrzehnten zu verdanken, zum anderen mag aber auch die Freiwilligkeit eine

Rolle spielen. Gleichzeitig empfinden die Interviewten sich selbst allerdings als weniger unbeschwert und ungeduldiger, was den Lernverlauf angeht.

Unterrichtsrahmen

Was den Unterrichtsrahmen angeht, schätzen die meisten Befragten die gegenwärtige Form, sei dies nun Einzel- oder Gruppenunterricht. Manche sind froh, wenn sie den Unterricht in den eigenen vier Wänden absolvieren können, andere freuen sich auf den Besuch bei der Lehrperson oder in der Musikschule. Wie bewusst der Entscheid für die jeweilige Unterrichtsform gefällt wurde, bleibt offen, die Zufriedenheit mit dem Ist-Zustand scheint aber jedenfalls nicht zwingend Ausdruck einer bewussten Entscheidungsfindung zu sein. Denkbar ist zudem, dass die Situation idealisiert wird.

Lernmethoden

- 18 Wie man an das Instrument und die Musik herangeht, wird als Zusammenspiel von Erwartungen und Ansprüchen der Lernenden einerseits sowie von Ideen und «Steckenpferden» der Lehrenden andererseits beschrieben. Manche lassen sich dabei gerne von der Lehrperson führen, andere bestimmen gerne selbst, was sie in welchem Ausmass tun möchten. Während in einigen Gesprächen fast ausschliesslich vom Spiel nach Noten die Rede ist und dies auch sehr geschätzt wird, geniessen andere die Gelegenheit zu Improvisation und freiem Spiel – manche wohl nach anfänglichen Vorbehalten. Dies hängt auch vom Lerntyp ab, ob jemand also beispielsweise lieber auditiv (nach Gehör), visuell (nach Noten, «auf Sicht») oder über Bewegungsmuster lernt. Auch der Einsatz von neuen Medien stösst teilweise auf positive Resonanz, sei es, um sich im Internet über Komponistenbiografien zu informieren, sich bestimmte Werke anzuhören oder sogar mittels einer App den Lernerfolg zu steigern. Kritisch wird angefügt, dass im zunächst einzig auf die App bezogenen Lernen (ohne Unterricht) längerfristig das «Wesentliche» fehlte. Das eigene Spiel klang wie ein «Automat», Empfindung und wirkliches Verstehen eines Stücks war über Internet auf Dauer nicht möglich.

Die Herangehensweisen an das Instrument und die Musik unterscheiden sich stark.

Lernstrategien

Ganz verschieden sind die Lernstrategien und auch die Zeit, die für das persönliche Üben eingesetzt wird. Die Motivation ist zwar gross – sonst wäre der Schritt, den Musikunterricht aufzugeben, wohl rasch getan – gleichzeitig gestehen einige, nicht immer die nötige Zeit zum Üben zu finden; allzu schnell vergeht bisweilen die Spanne zwischen den Unterrichtsstunden. Geübt wird nach Möglichkeit zwischen 15 und 60 Minuten täglich, einzelne investieren aber auch vier bis sechs Stunden pro Tag in ihr Hobby. Je nach Stand der Fähigkeiten fällt das Üben anders aus. Das Einprägen durch möglichst «fehlerfreies» Wiederholen in einem angemessenen Tempo wird allgemein angestrebt. Während die einen spielerisch musizierend üben, beschreiben andere Übesequenzen und ihre Systematik. Steht ein neues Stück an, heisst es zuerst, den Notentext zu analysieren, sich kleinere Abschnitte durch mehrfaches Wiederholen einzuprägen, dann mehrere Abschnitte zusammenzufügen. So entsteht das Gerüst eines Stücks. Die musikalische Arbeit am Klang und an der Melodieführung sowie interpretatorische Überlegungen zu Tempowahl, Agogik, Ausdruck und Präsenz berühren

andere Ebenen des Lernens. Ein Grossteil der Befragten betont die Wichtigkeit des ungestörten Übens an einem «geschützten» Ort. Zentral ist den meisten auch der Aspekt, andere nicht durch das eigene Spiel zu stören.

Unterschiede im Lernverhalten von Jugendlichen und Erwachsenen

Lehrpersonen werden insbesondere durch ein sich von Kindern und Jugendlichen unterscheidendes Lernverhalten herausgefordert. Nebst dem Einbezug individueller Persönlichkeitsmerkmale nutzt man die Chance, an bereits gemachte Erfahrungen anzuknüpfen. Ein Unterschied besteht zudem in der Selbstwahrnehmung und in der Bewertung der eigenen Leistungen. Erwachsene sind oft kritischer sich selbst gegenüber, gerade aufgrund ihrer Geschichte; selbst wenn die Fortschritte oft beträchtlich sind, bleibt die Ungeduld gross. Von Vorteil für den Unterricht sind dabei die Selbstreflexion, der Einsatz und die Selbstdisziplin erwachsener Lernender, die das Entwicklungstempo befördern. Erwachsene gehen bewusst Kompromisse ein, weil sie nicht in allen Bereichen in die Tiefe gehen wollen bzw. müssen. Die Entscheidungsfreiheit und Methodenwahl ist grösser als bei Kindern. Lebenserfahrung ermöglicht einen neuen Ausgangspunkt des Lernens. Das kann Gelassenheit und Freiheit, aber auch Blockaden wegen zu hoher Ansprüche bedeuten. In letzterem Fall sind von Seiten der Lehrkraft psychologische Unterstützung beim Überwinden von Barrieren und auch Kompromissbereitschaft hilfreich.

«Die Lockerheit eines Kindes haben Erwachsene meist nicht mehr, sie wollen alles auch intellektuell begreifen, wollen Begleitliteratur [...]. Ein Kind hat einfach Freude, wenn es etwas besser geht, Erwachsene haben Pläne, das muss dann klappen – dabei brauchen manche Prozesse (etwa Kraft, Luft) Zeit.»
(Herr O., 56, unterrichtet Horn)

Lehrmethoden

20 Unterrichtsform

Einzel-, Gruppenunterricht oder deren Kombination werden aus verschiedenen Gründen gewählt: Der Gruppenunterricht ist in finanzieller Hinsicht interessant und für manche Lernende nur in dieser Form erschwinglich. Darüber hinaus ermöglicht er einen regelmäßigen sozialen Austausch. Lehrpersonen nutzen die Vorteile von Gruppen in intergenerationellem Unterricht oder auch im Zusammenspiel von Laien und Profis in Orchestern oder Ensembles. Dabei können die Niveauunterschiede Probleme bereiten. Beim Einzelunterricht werden die Flexibilität in der Dauer der Lektion und der Häufigkeit des Unterrichts sehr geschätzt.

Die Rolle der Lehrperson

Der persönliche Kontakt zwischen Lehrenden und Lernenden ist in jeder Unterrichtsform prägend. Die auf Respekt und positiver Unterstützung basierende Beziehung zur Lehrperson fördert einen Austausch auf Augenhöhe. Die Lehrpersonen schneiden ihre Vorgehensweisen auf die Bedürfnisse und das Niveau der Lernenden zu. Dabei wird die kollegiale Ebene des Austauschs sehr geschätzt und doch ist ein «führender» Coach erwünscht. Die Ziele und insbesondere das Repertoire wollen ältere Lernende weitgehend selber bestimmen. Gleichzeitig brauchen und wünschen sie aber deutliche Wegweiser, wie sie dahin gelangen.

Individualisierte Zielsetzungen, Methoden und Lernfelder

Wie bereits erwähnt, wird der Unterricht mit älteren Lernenden stärker individualisiert als mit jüngeren. Die Inhalte werden auf die persönlichen Ziele abgestimmt und bereits vorhandene Kenntnisse miteinbezogen. Lehrpersonen gehen stark auf Repertoirewünsche ein und verlangen gleichzeitig die Aus- oder Weiterbildung der dazu nötigen musikalischen wie technischen Kompetenzen. Es besteht kein Entwicklungsdruck, aber Fortschritt ist trotzdem, selbst in kleinsten Schritten, wesentlich. Die Strukturierung der Arbeit verstärkt deren Effizienz. Schrittweises Vorgehen und Portionieren bewähren sich, der erklärende Zugang ist bei älteren Erwachsenen vorherrschend.

**Schrittweises Vorgehen
und Portionieren bewähren sich.**

Individualisierte Lernfelder

Die Unterrichtsinhalte sind sehr variabel und nach Präferenz und Bedürfnis der Lernenden gewichtet. Grundkompetenzen wie Notenlesen, Rhythmus, Gehörbildung und Musiktheorie, aber auch die handwerklichen und musikalischen Fähigkeiten und das freie Spiel werden je nach Lerntyp vermittelt. Ein wichtiges Prinzip ist dabei die Anknüpfung an bestehendes Wissen.¹⁴ Da das Angebot an geeigneten Lehrmitteln sehr bescheiden ist, gibt es Lehrkräfte, die selber massgeschneiderte Lehrmittel entwickeln.

Körperlichkeit und Grenzen

Aus Sicht der Lernenden werden altersbedingte körperliche Einschränkungen im Lernprozess von Bewegungsabläufen kaum als störend empfunden. Lehrpersonen hingegen setzen sich mit körperlichen und instrumentalen Grenzen älterer Lernender auseinander und beziehen diese in die Unterrichtsplanung mit ein. Kompromissbereitschaft in der Zielsetzung ermöglicht ein Umschiffen der Schwierigkeiten.

Lehrkräfte sind in der Regel sehr zurückhaltend mit Berührungen im Unterricht. Es wird indirekt (z.B. mit Hilfe eines Balls) oder nur nach vorher eingeholtem Einverständnis direkter Körperkontakt hergestellt.

¹⁴ Vgl. K. Roulston (2010): «There is no end to learning»: Lifelong education and the joyful learner, in: *International Journal of Music Education* 28(4), 341–352.



Methodik des Projekts

22 Zielsetzung

Ziel des Projekts war die Generierung von Wissen über die Erwartungen von Personen 50plus an den Instrumentalunterricht, über ihre Ziele und die angewendeten Lernstrategien. Zudem wurden die Strategien von Lehrpersonen unterschiedlicher Altersgruppen mit Blick auf den Unterricht 50plus erfragt.

Stichproben

Zur Ermittlung der oben genannten Informationen wurden drei Stichproben definiert:

1. «Neueinsteigende 50plus»: Personen 50plus, die neu in den Instrumentalunterricht einsteigen.
2. «Wiedereinsteigende 50plus»: Personen 50plus, die nach längerem Unterbruch den Instrumentalunterricht wieder aufnehmen.
3. Unterrichtende, die mit Personen aus beiden Zielgruppen arbeiten.

Für alle Stichproben sollte eine grösstmögliche Varianz hinsichtlich des Alters, des Bildungshintergrunds, der bevorzugten musikalischen Stilrichtung und des gewählten Instruments erreicht werden. Angestrebt wurde auch ein ausgewogenes Geschlechterverhältnis. Alle drei Stichproben wurden aus dem Netzwerk der beteiligten Forschenden der Hochschule der Künste Bern rekrutiert. Auf der Basis der bestehenden Kontakte konnte im Schneeballsystem (d.h. durch Bekanntmachung und Vermittlung des Forschungsvorhabens im Freundes- und Bekanntenkreis) ein Kandidatenpool zusammengestellt werden, aus dem dann die Gesamtstichprobe ausgewählt wurde. Sämtliche Teilnehmenden wurden über die Thematik und Zielsetzung des Forschungsprojekts informiert und unterschrieben eine entsprechende Einverständniserklärung.

Tabelle 1: Angaben zu den drei Stichproben

Stichprobe	N	m/w	Alter MW (SA)	Alter Min.	Alter Max.	Hochschul-Abschluss
Neueinsteigende	15	7/8	67.8 (10.6)	54	91	9
Wiedereinsteigende	13	6/7	64.3 (11.3)	52	88	7
Lehrpersonen	15	10/5	52.7 (17.5)	27	83	nicht erhoben

Leitfadengestützte Interviews

In der Folge wurden leitfadengestützte Interviews (in der Regel im Vier-Augen-Gespräch) durchgeführt. Die Interviews fanden im Zeitraum Mai 2014 bis Mai 2015 statt. Der Interviewleitfaden für Lernende behandelte u.a. den Einstieg in den Instrumentalunterricht und die Ursprungsmotivation, subjektiv wahrgenommene positive und negative Aspekte des Unterrichts, Veränderungen der Selbst- und Fremdwahrnehmung, Ziele und Lernstrategien sowie den konkreten Ablauf des Unterrichts. Die Inhalte für die leitfadengestützten Interviews wurden theoriegeleitet sowie aufgrund der Vorerfahrung der beteiligten Forschenden definiert.

Der Leitfaden für Lehrpersonen folgte weitgehend denselben Themen, die auch mit den Lernenden diskutiert wurden. Zusätzlich wurden die Lehrpersonen um eine Benennung der Besonderheiten des Unterrichts mit älteren Schülerinnen und Schülern gebeten. Daraus abgeleitet wurde diskutiert, ob altersbezogene Anpassungen des Unterrichts vorgenommen wurden und wie diese ausgestaltet waren.

Datenauswertung

Sämtliche Interviews wurden digital aufgezeichnet und zusammenfassend protokolliert. Zur Protokollierung diente allen Interviewenden ein identisches Raster. Die Interviewprotokolle wurden anschliessend einer systematischen Inhaltsanalyse unterzogen, wobei die theorie- und erfahrungsgestützten Themen des Interviewleitfadens als Hauptkategorien dienten. Ein erstes Kategoriensystem entstand aus der Analyse der schülerbezogenen Daten, ein zweites beruhte auf der Inhaltsanalyse der Aussagen der Lehrpersonen. In zwei interaktiven halbtägigen Workshops einigte sich das Forscherteam auf verschiedene inhaltstragende Subkategorien. Dabei wurden die zentralen Aussagen der Interviews in einem ersten Schritt als Zitate den Hauptkategorien zugeordnet. Jedes Zitat wurde dann auf seinen Inhaltskern reduziert. Anschliessend wurden ähnliche Inhaltskerne zu homogenen Gruppen geclustert. Diesen homogenen Begriffsclustern wurde dann wiederum ein Überbegriff zugewiesen, der als Subkategorie bezeichnet werden kann.

Forschungsteam

Leitung: Corinne Holtz (HKB), Jonathan Bennett (Institut Alter, INA)
 Mitarbeit: Daniel Allenbach (HKB), Iris Haefely Sublet (HKB), Michaela Maurer (INA), Karen Torben-Nielsen (INA)
 Assistenz: Michael Weber (INA)

Genauere Angaben zu Methodik und Inhalten des Projekts finden sich unter de.wikiversity.org/wiki/mach_dich_schlau_am_Instrument

Berner Fachhochschule

Hochschule für Wirtschaft, Gesundheit und Soziales

Institut Alter

Jonathan Bennett

Schwarztorstrasse 48

3007 Bern

Telefon +41 (0) 31 848 37 25

jonathan.bennett@bfh.ch

alter.bfh.ch

Hochschule der Künste Bern

Forschungsschwerpunkt Interpretation

Daniel Allenbach

Fellerstrasse 11

3027 Bern

Telefon +41 (0) 31 848 43 00

daniel.allenbach@hkb.bfh.ch

hkb.bfh.ch/interpretation

hkb-interpretation.ch

© HKB/INA, Bern 2016